序言 | 我们一起来让思维导图更好地发挥作用 - 少数派

序言 | 我们一起来让思维导图更好地发挥作用

思维导图作为一种自发明以来就被广泛应用的思维工具，一直都存在于人们的视野中。不管是总被书店摆在前面的教辅书，还是各种各样读书学习的自媒体，我想很少有人没见过思维导图。那么你有没有想过，这些思维导图画的都是正确的吗？很多人在绘制思维导图时都有着这样或那样的误区，如果能够注意到这些问题，就可以让思维导图更好地发挥作用。

在本系列教程中，我将结合我个人的学习和实践，试着总结出一套优秀的思维导图利用方案，希望可以让更多人用对思维导图这样一个有趣又有效的思维工具。此外，相较于很多思维导图教程以手绘为主，本教程非常的数字化，讲解的内容都会尽可能地方便你在数字设备上操作。

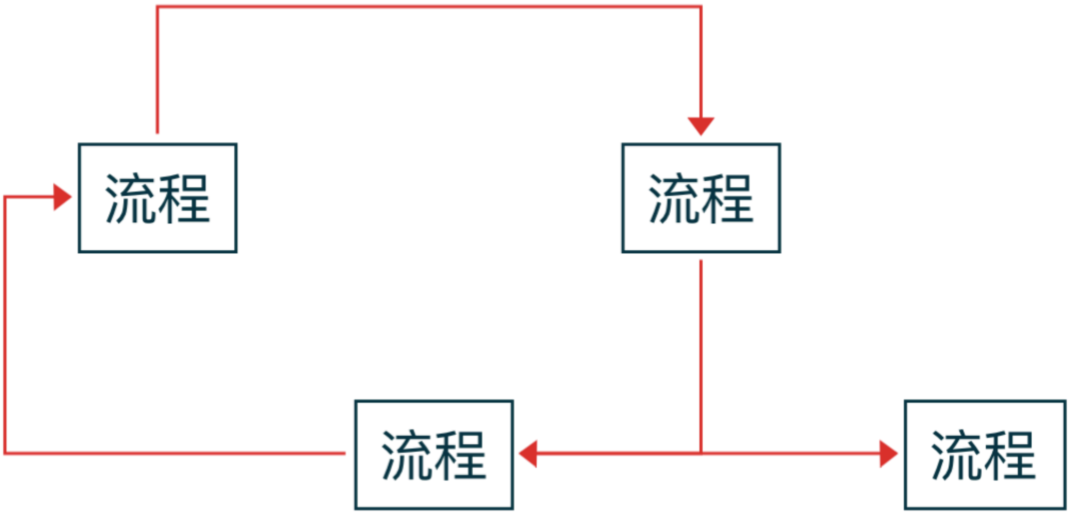
假如你不太熟悉思维导图也没关系，本教程并不仅仅面向已经在使用思维导图的朋友，欢迎你来跟着我的教程入门。

作为本文的序言，我想先来为不太了解思维导图的朋友做一些简单介绍，并结合教程的内容让你对本套教程所要讲到的知识点有所了解。在阅读本教程之前，最好先准备一个思维导图软件。本教程推荐使用软件 MindNode，但假如你还不想花钱，也可以先使用免费的 XMind。

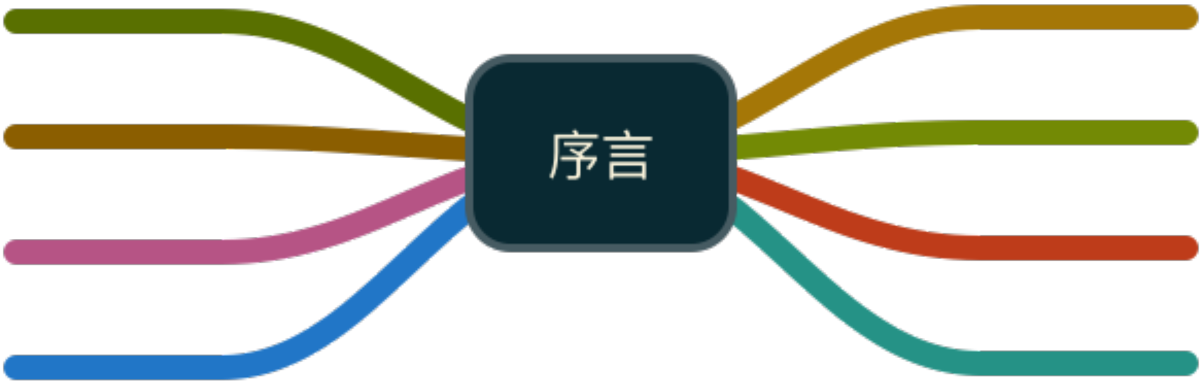
怎样才是思维导图

一个简单的思维导图分三步，首先我们应该有一个唯一的主题，并将其作为图像的中心焦点，比如这一套专栏文章的序言。

这样我们就符合了思维导图的第一个特征：**注意的焦点清晰地集中在中央图形上。**所以下面这样形式的图就不是思维导图，它并不具备明确且单一的焦点。

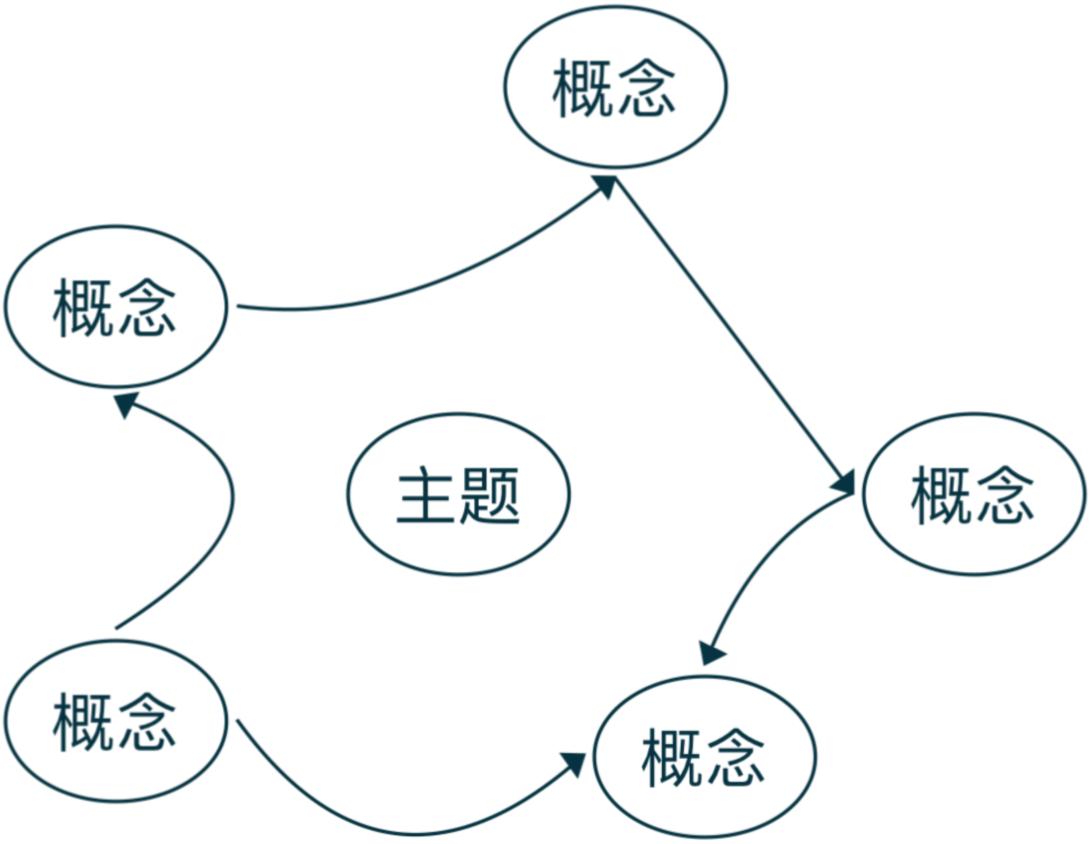


现在我们来完成第二步，给这个主题添加一些分支，注意这些分支最终都会聚在主题上。

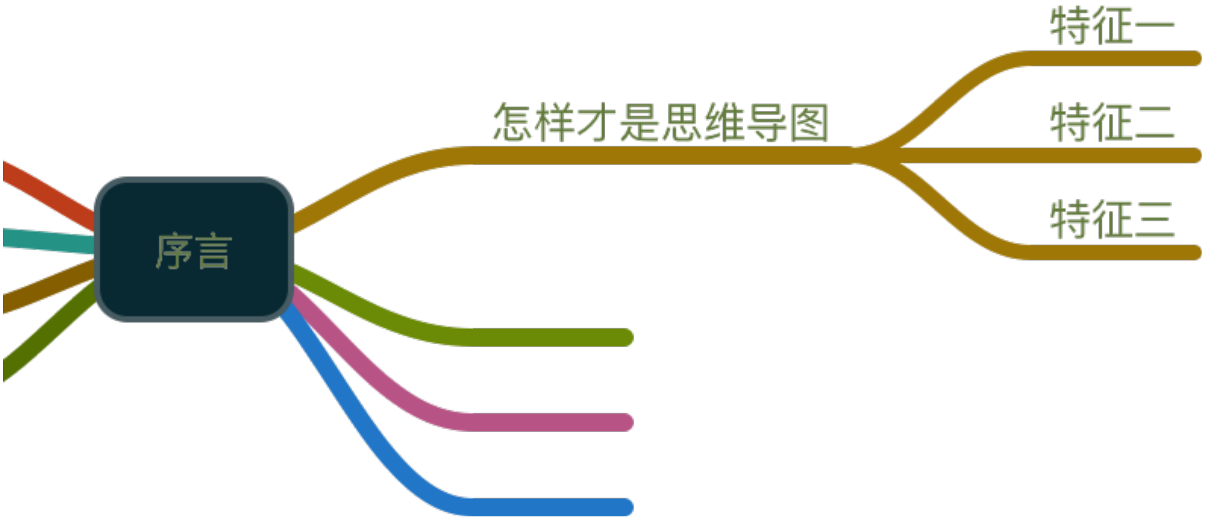


这样就有了第二个特征：**主题的主干作为分支从中央图形向四周放射。**这个特征里**放射**是关键点。所以下面这样形式的图也不是思维导图。它虽然有一个中心，但其它结点不是从主题**放射**出来的。

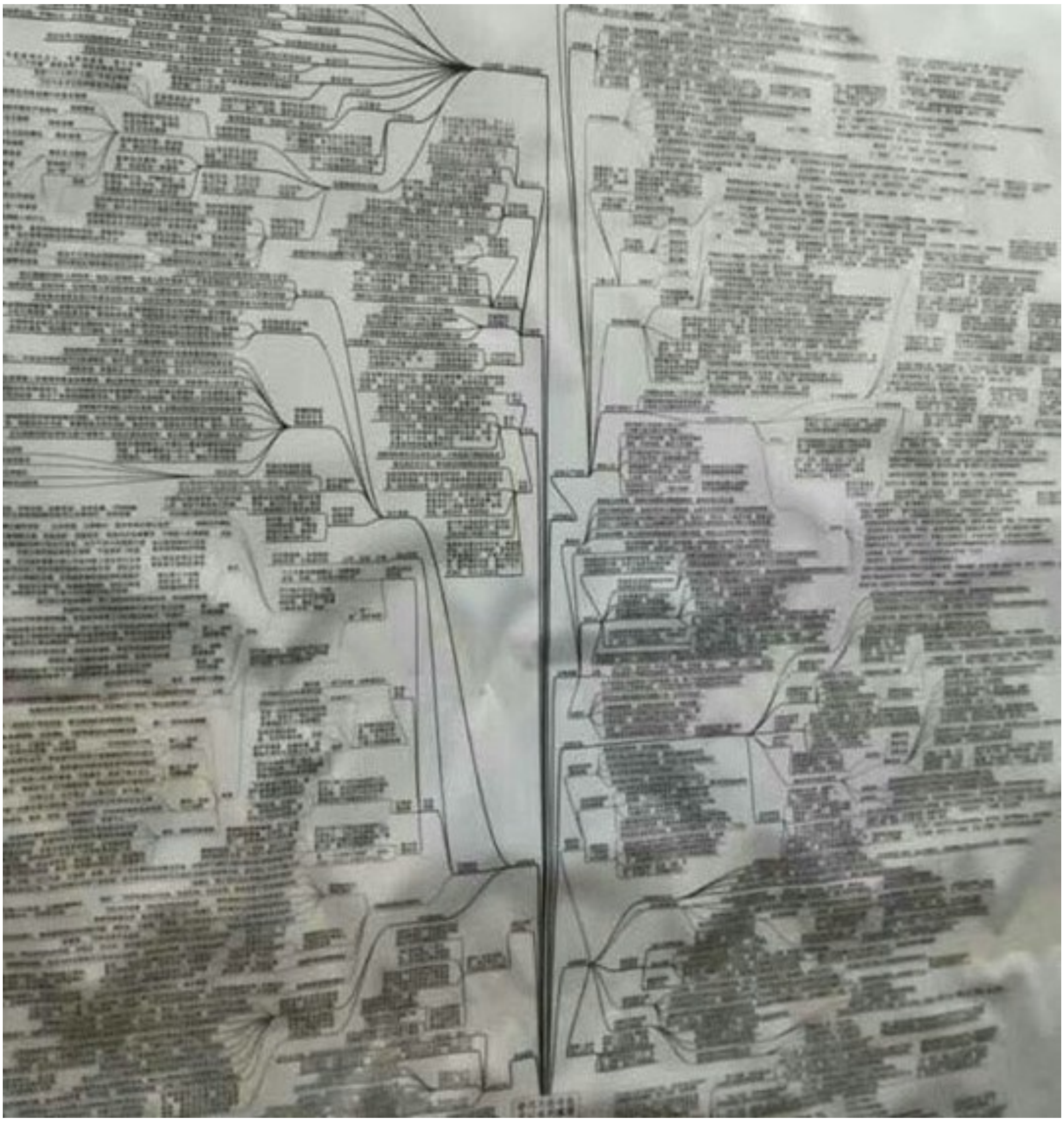
分支由一个关键的图形或者写在产生联想的线条上面的关键词构成。比较不重要的话题也以分支形式表现出来，附在较高层次的分支上。这是第三个特征。**而这些分支又共同形成了一个连续的结点结构。**这就是第四个特征了。（本文结尾会完整展示这个习作。）


概念
概念
主题
概念
概念
概念

接下来我们在这些分支上添加一些关键词，形成这样的图形。


特征一
怎样才是思维导图
特征二
序言
特征三

只要具备了上面的四个特征，那这样一张图示就可以被称作思维导图。但这样就够了吗？我在网上找到了一个稍微有些极端的例子。



这样密密麻麻的思维导图别说辅助思考了，想要看懂都已经是一件十分困难的事情。

可见仅仅具备这些特征是不够的，想要真正达到辅助思考的作用，我们还需要遵循更多有效的原则和思维方式。**在系列文章的第一篇中，我会选择几个关键点具体来讲解一下除了这些标准外，还有哪些需要遵循的重要原则**，帮助你画出真正能帮助自己思考的思维导图。

为什么是思维导图

思维导图由一位叫 Tony Buzan（东尼·博赞）的英国普及心理学作家在 1970 年代发明，其

发明之初就是为了用一种更符合人类思考问题方式的表现手法来增进使用者解决问题的能力。

1993 年他首次出版了同名著作《思维导图》，这是一本非常好的了解思维导图的书籍。但由于其「安利」性质，这本书用很多的笔墨讲了思维导图的设计理念，反倒是对于在绘制的时候具体要注意些什么涉及较少。我曾经在初中时候阅读过这本书。当时看到电视里一个记忆力超强的人表演，觉得非常厉害，本来想去买点记忆相关书籍，正好看到这个摆在旁边，就顺便买回来了。结果比起那些我现在基本没怎么掌握的记忆技巧，思维导图给我的帮助要大得多。（Tony Buzan 同时也是世界记忆锦标赛的创始人。）

简单来说，思维导图是一种对大脑友好的信息输入和输出方式。

简单来说，思维导图是一种对大脑友好的信息输入和输出方式。

你也许听说过斯佩里左右脑分工理论，该理论认为，左脑偏向逻辑、抽象性思维，右脑偏向艺术、创造性思维。传统的笔记和产出方式很大程度上忽略了对人脑创造性和艺术的利用，不能够调动整个大脑为任务服务。虽然说说这个理论很大程度上被因为商业利益的原因夸大，产生了「右脑开发」之类的伪科学，也有相当多的科学家（包括其合作提出者）之后曾提出过对此理论的反对意见。

但不可否认的是，假如能够调动大脑的创造性和图像、艺术相关的能力，的确可以更好的提高大脑的利用效率。

思维导图的放射性图案实际是**把信息加工成了一种图像**。加上对颜色和图片的运用，思维导图能够更好的调动图像和艺术的脑区，让你更有效的图像记忆加入到工作中来。

同时，思维导图还十分鼓励联想和发散。对于一个熟练的思维导图使用者来说，使用思维导图的过程常常是一个针对关键词联想和发散的过程，而联想和发散是人脑创造力的源泉。更多的使用思维导图，不但会提高你现有思维活动的质量，还会让你思维的深度和广度有更多的可能性。

熟悉思维导图的思维方式，并加以应用是思维导图的一个重要的点。**在系列的第二篇中，我将会更多的向你介绍绘制思维导图过程中应该使用的思维方式，让思维导图真正为你所用。**

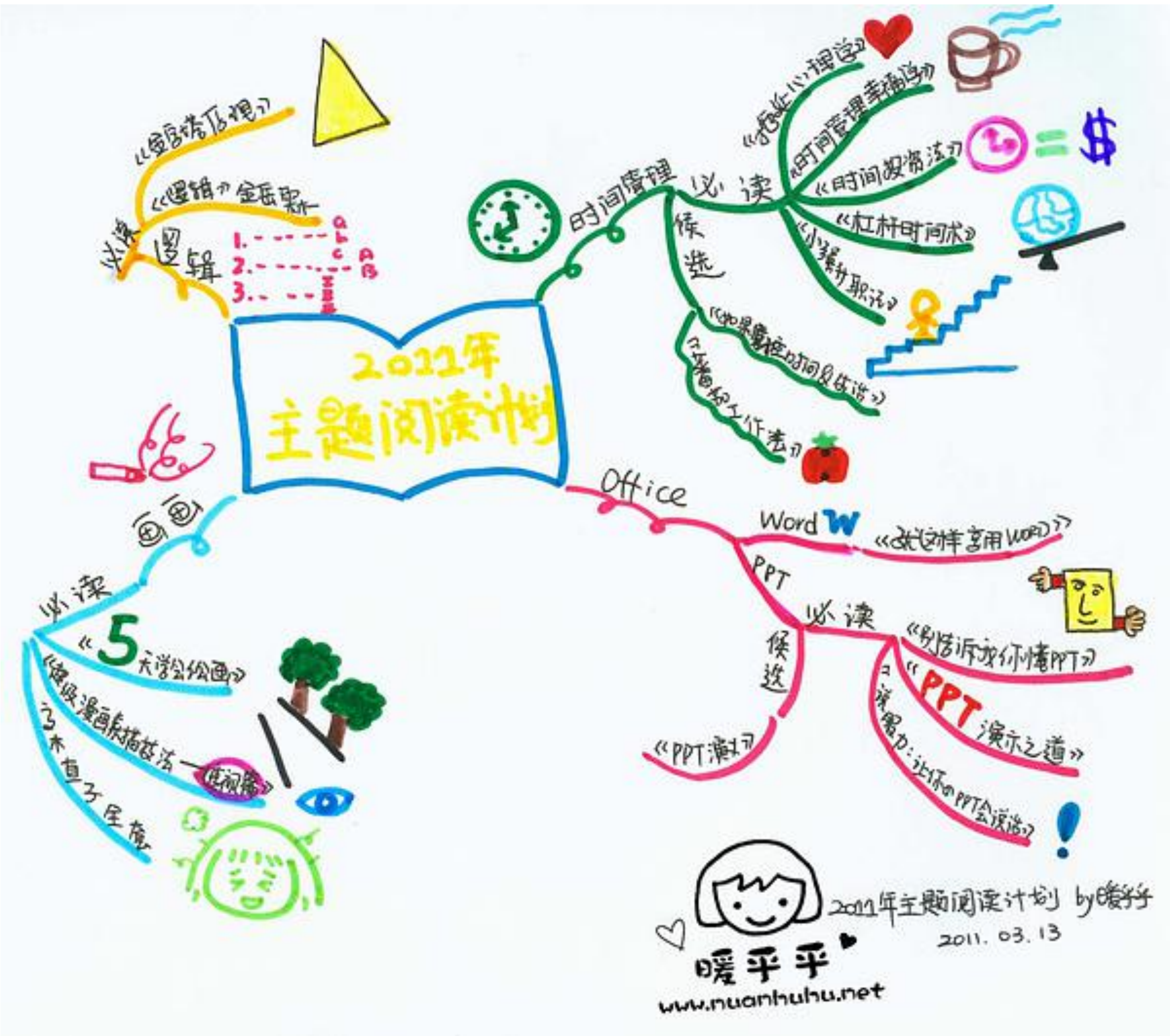
手绘还是电脑

假如你已经看过一些讲解思维导图的书籍，那么你一定见过很多的手绘思维导图，除了用电脑上的工具画思维导图，手绘也是一个很重要的方式。该怎么选择呢?

比起电脑画的思维导图，手绘的图像成分要多得多，而且绘制的过程也更有参与感。这可以更好的发挥思维导图激发图像思维的功能，可以说好处非常大。但手绘思维导图还存在着绘制速度慢，要画的好看很麻烦等比较难办的问题。但假如时间允许，我还是很推荐你多多使用手绘思维导图的。

提到手绘，有很多人第一个要问到的问题就是：「我画不好怎么办？」我可以明确的回答你**画画不好没关系**。我个人其实就是一个超级大手残，这些手绘思维导图都要由少数派的设计师代劳才敢拿给大家看。但手绘思维导图并不需要特别多的绘画技巧，只要你能遵循一定的原则，能够画一些自己看得懂的简笔画就完全足够了。**手绘思维导图的标准就是引起自己的兴趣。**不过我想我大概是很少会画手绘思维导图，我自己画的东西常常自己都看不下去，强迫症 + 手残真是苦。

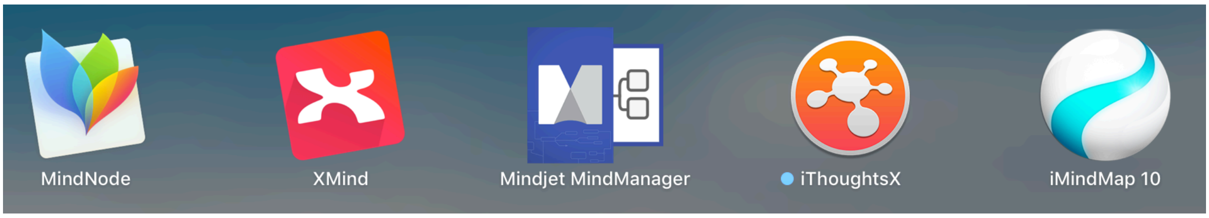
手绘思维导图非常自由，但也并不意味着可以随便画，要画好手绘思维导图也要有一些需要注意的点。**在第三篇教程中我就会主要介绍手绘思维导图，看看手绘还是软件更适合你。**


2011年
主题阅读计划
逻辑
必读
《金字塔原理》
《逻辑》全套系
1.
2.
3.
a
b
c
A
B
时间管理
必读
《拖延心理学》
《时间管理幸福学》
《时间投资法》
《杠杆时间术》
《小强升职记》
候选
《如果高效时间是这样》
《番茄工作法》
Office
Word
W
《就这样享用Word》
PPT
必读
《别告诉我你懂PPT》
《PPT演示之道》
《演说力：让你的PPT会说话》
候选
《PPT演义》
画画
必读
《5天学会绘画》
《超级漫画素描技法—透视篇》
马木直子星座
2011年主题阅读计划 by暖乎乎
2011. 03. 13
暖乎乎
www.nuanhuhu.net

来源：暖乎乎的豆瓣相册 暖乎乎是手绘思维导图方面非常专业的一个作者，在后面文章中我还会推荐她的书

什么样的软件适合我

思维导图的软件可以说是遍地开花，选择一款适合自己的软件是非常重要的，不知道已经在画思维导图的各位都在使用怎样的工具呢？**在本系列第四篇中，我会分平台介绍一些常用思维导图工具，希望可以帮助你选购适合自己的软件。**


MindNode
XMind
Mindjet MindManager
iThoughtsX
iMindMap 10

介绍的内容会涉及到 Mac Windows Linux iOS Android，每一个平台都会尽可能挑选一个我觉得最舒服的软件，还会简单的介绍其功能特点帮助你选购之前有所参考。

思维导图不是什么

很多人可能会问，思维导图和大纲都是同样的多层结构，思维导图和大纲有什么不同呢？**在第五篇文章中，我将会更多的讲讲大家对思维导图的误解。**

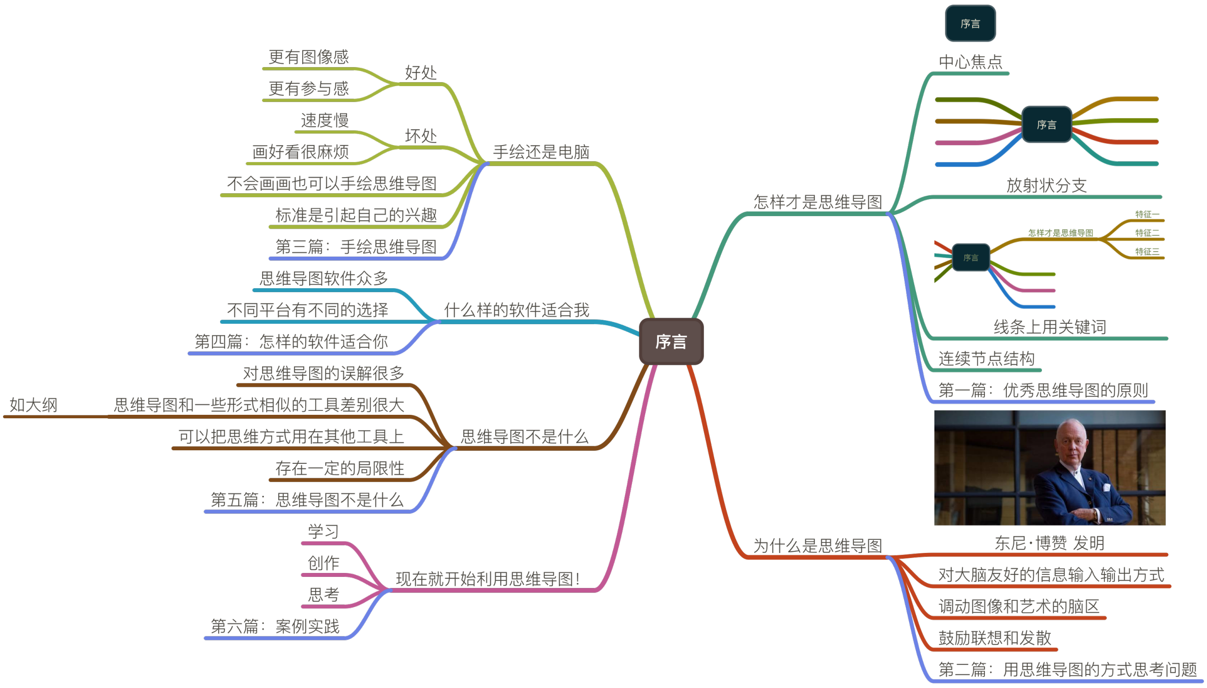
一些人可能认为思维导图和大纲没什么区别，但这其中的差别可不小哩。一些形式类似的工具其实并不能代替思维导图独有的功能，在文章中我们会具体讲到。但我们也可以把思维导图的一些思维习惯应用到这些东西上，如在做大纲的时候也利用到思维导图的诸多特点。

此外，思维导图虽然很强大，但也有一定的局限性。在一些情况下，盲目的使用思维导图也许会降低你的效率。不能迷信一些教育机构吹嘘出来的神奇功效，实际使用要根据情况做好取舍。

现在就开始利用思维导图

光讲理论没什么用，重要的是实际用起来。不管你是要记笔记，写演讲稿，抑或是仅仅想要规划年度计划，思维导图都是你可以利用优秀工具。**在第六篇，我会分学习、创作、思考三部分举例讲解思维导图的具体使用，好让你真正能把思维导图用在自己的生活中。**

现在就开始和我一起学习思维导图吧！


更有图像感
更有参与感
好处
速度慢
画好看很麻烦
坏处
手绘还是电脑
不会画画也可以手绘思维导图
标准是引起自己的兴趣
第三篇：手绘思维导图
思维导图软件众多
不同平台有不同的选择
什么样的软件适合我
第四篇：怎样的软件适合你
对思维导图的误解很多
如大纲
思维导图和一些形式相似的工具差别很大
可以把思维方式用在其他工具上
存在一定的局限性
思维导图不是什么
第五篇：思维导图不是什么
学习
创作
思考
现在就开始利用思维导图！
第六篇：案例实践
序言
序言
中心焦点
序言
放射状分支
怎样才是思维导图
序言
怎样才是思维导图
特征一
特征二
特征三
线条上用关键词
连续节点结构
第一篇：优秀思维导图的原则
为什么是思维导图
东尼·博赞 发明
对大脑友好的信息输入输出方式
调动图像和艺术的脑区
鼓励联想和发散
第二篇：用思维导图的方式思考问题